



## MERENGUE SUIZO

### Ingredientes

- 1 Taza de claras 200 cc
- 2 Tazas de azúcar granulada
- 1 Pizca de sal

### Preparación

1.- Junta en un bowl las claras de huevo con el azúcar y la pizca de sal. Lléalas a baño maría suave removiendo de vez en cuando hasta disolver el azúcar completamente en las claras e integrar bien.

2.- Retira el bowl del baño maría y bate enérgicamente durante 8 a 10 minutos hasta triplicar su volumen y conseguir una preparación espumosa y satinada, que al levantar el asa del batidor quede una punta colgando sin que esta se desprenda.



Dificultad:  
Baja



Porciones:  
15



Tiempo:  
20 minutos

### Nota

Recuerda que el baño maría es una cacerola de menor tamaño del bowl en donde está las claras con el azúcar. Por otro lado el agua caliente no debe tocar la base de bowl si no que debe ser un calor suave y prolongado.

### Información Nutricional

|                  |          |
|------------------|----------|
| Energía:         | 113 Kcal |
| Proteínas:       | 1.4 g    |
| Grasa Total:     | 0.0 g    |
| Colesterol:      | 0 mg     |
| H. de Carbono:   | 26.7 g   |
| Fibra Dietética: | 0 g      |
| Sodio:           | 24 mg    |